DOCUMENT RESUME

ED 276 228 EC 190 994

AUTHOR	Ainsworth, Stanley H., Ed.
TITLE	Mon Enfant Begaie-t-il? un guide pour les parents (If Your Child Stutters: A Guide for Parents). Publication No. 17.
INSTITUTION	Speech Foundation of America, Memphis, Tenn.
REPORT NO	ISBN-0-933388-13-6
PUB DATE	86
NOTE	44p.; Translated from English by Jane Fraser-Gruss. For the English original, see ED 273 079. For related documents, see ED 273 078 and ED 273 080.
AVAILABLE FROM	Speech Foundation of America, P.O. Box 11749, Memphis, TN 38111 ($1.00). Also available in English and Spanish.
PUB TYPE	Guides - Non-Classroom Use (055)
LANGUAGE	French
EDRS PRICE	MF01/PC02 Plus Postage.
DESCRIPTORS	Anxiety; Elementary Education; Emotional Problems; *Parent Child Relationship; *Parent Participation; *Parent Role; *Speech Improvement; Speech Therapy; *Stuttering; Therapists

ABSTRACT

This booklet is written for French speaking parents who have young children than may stutter. The goal of the booklet is to enable parents to begin working with their child, and a speech clinician if necessary, with a better understanding of the problem. The booklet is designed to answer to common parental questions such as: (1) Does my child stutter? (2) Why do some children stutter? and (3) How does the child who stutters compare with those who do not? Warning signs of children who may have a stuttering problem are discussed. The major portion of the booklet contains suggestions for working with a stuttering child which address ways to effect smoother speech, effective speech interactions, nonverbal communication, ways to express positive feelings, and ways in which day-to-day living may affect or be affected by stuttering. Suggestions for encouraging better fluency include accepting the disfluencies; avoiding the stuttering label; reducing parental anxiety; reducing time pressure for the child's speech, reacting appropriately to stuttering; giving precise, non-threatening advice on reducing stuttering; and reducing the child's fears, anxieties, and frustrations with speech. (CB)

****
* Reproductions supplied by EDRS are the best that can be made *
* from the original document. *
****

ED276228

U.S. DEPARTMENT OF EDUCATION
Office of Educational Research and Improvement
EDUCATIONAL RESOURCES INFORMATION CENTER (ERIC)

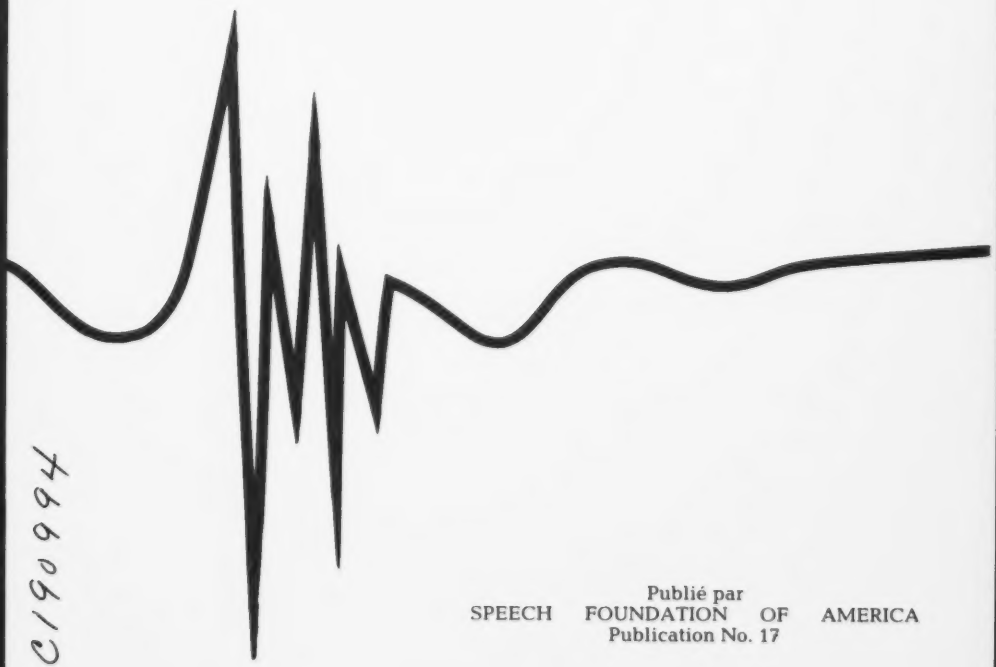
☑ This document has been reproduced as received from the person or organization originating it.

☐ Minor changes have been made to improve reproduction quality.

• Points of view or opinions stated in this document do not necessarily represent official OERI position or policy.

mon enfant bégaie-t-il?

un guide pour les parents



Publié par
SPEECH FOUNDATION OF AMERICA
Publication No. 17

EC190994

Traduit de l'Anglais par Jane Fraser-Gruss

Publié par :

SPEECH FOUNDATION OF AMERICA
152 Lombardy Road
Memphis, Tennessee 38111
U.S.A.

ISBN 0-933388-13-6

Aux parents

Ce petit livre vous est destiné si l'élocution de votre enfant vous inquiète : s'il parle quelquefois très bien mais parfois hésite ou répète des mots ou des sons. Vous craignez qu'il ne commence à bégayer et vous souhaitez naturellement l'éviter.

Ce document est basé sur les travaux des meilleurs spécialistes du bégaiement qui ont participé à sa rédaction. Tous accordent une grande importance à l'amélioration des moyens de prévention du bégaiement chez le jeune enfant. Leurs noms se trouvent sur les pages suivantes.

Jane Fraser-Gruss

Speech Foundation of America
7 Avenue des Chalets
75016 Paris
France

Participants aux conférences

Stanley H. Ainsworth, Ph.D., Editor and Chairman

Alumni Foundation Distinguished Professor Emeritus of Speech Correction; formerly Associate Dean for Research and Graduate Studies, University of Georgia. Past President and Executive Vice-President, American Speech and Hearing Association.

Carl Dell, Jr. M.A.

Specialist in Stuttering Therapy, Grand Rapids, Michigan Schools.

Malcolm Fraser,

Director, Speech Foundation of America.

Jane Fraser Gruss,

Speech Foundation of America, France.

Harold L. Luper, Ph.D.

Professor and Head, Department of Audiology and Speech Pathology, University of Tennessee. Fellow, and formerly Vice-President for Administration, American Speech and Hearing Association. Co-author, *Stuttering : Therapy for Children.*

Participants aux conférences

David Prins, Ph.D.

Professor and Chairman, Department of Speech and Hearing Sciences, University of Washington, Seattle.

Harold B. Starbuck, Ph.D.

Professor and formerly Chairman, Department of Speech Pathology and Audiology and Director, Speech and Hearing Clinic; Director Summer Residence Stuttering Clinic, State University of New York, Geneseo, New York.

C. Woodruff Starkweather, Ph.D.

Associate Professor of Speech, Temple University, Philadelphia, Pennsylvania. Editor, *Stuttering : An Account of Intensive Demonstration Therapy*.

Charles Van Riper, Ph.D.

Distinguished Professor Emeritus and formerly Head, Department of Speech Pathology and Audiology, Western Michigan University. Honors of the American Speech and Hearing Association and formerly Councilor and Associate Editor. Author, *The Treatment of Stuttering*.

Dean Williams, Ph.D.

Professor Speech Pathology and Audiology, University of Iowa. Fellow and formerly Councilor, American Speech and Hearing Association. Editorial Board, *Journal of Communication Disorders*.

Le Speech Foundation of America remercie vivement le Pr. Maurice Tubiana de son travail de rédaction sur l'édition française.

7

PREMIERE PARTIE

Mon enfant bégaie-t-il?

Le langage commence avec le premier cri qui suit la naissance. Il se développe ensuite très rapidement au cours des deux premières années, à mesure que l'enfant apprend à produire des sons ayant une signification, puis des mots, et enfin de courtes phrases. Quand les phrases s'allongent, entre deux et six ans, l'enfant peut rencontrer des difficultés à parler sans hésitation et sans saccades. Tous les enfants répètent des mots et des phrases; ils hésitent souvent, et ont parfois du mal à garder un rythme ininterrompu. Toutefois, certains enfants ont plus de problèmes que d'autres et ils les ont plus longtemps. Si vous avez l'impression que votre enfant est de ceux qui ont plus de difficultés que les autres, vous vous inquiétez sans doute. Vous vous demandez s'il commence à bégayer, si ses difficultés vont s'aggraver ou disparaître. Si vous pensez qu'il bégaie, devez-vous faire quelque chose, et si oui, que devez-vous faire? Notre but est de tenter de répondre à ces questions.

Bégaie-t-il?

Le bégaiement interrompt le débit de la parole — mais d'autres comportements ont le même effet. Nous répétons tous des mots ou des syllabes — notre débit n'est donc pas parfaitement régulier. Nous hésitons, ajoutons des sons ou des mots qui retardent notre phrase, mélangeons des syllabes. Parfois nous recommençons nos phrases pour les corriger, mais elles ne sont pas pour autant plus compréhensibles.

A trois ans, l'enfant se débat encore avec certains sons, avec un vocabulaire incertain, avec la syntaxe et avec le besoin de s'exprimer. Il se trompe plus souvent que les adultes ou

même que des enfants plus âgés. Ce qui complique encore davantage les choses, c'est que nous tous parlons plus ou moins facilement selon les circonstances et les émotions du moment. Mais ces variations sont plus importantes chez le jeune enfant. C'est pourquoi il peut être difficile de distinguer entre les hésitations normales et le bégaiement. En effet, celui-ci peut être confondu avec des hésitations tout à fait normales chez l'enfant; de plus le bégaiement est plus ou moins important ou fréquent selon les circonstances ou l'état émotif de celui qui parle. Donc, si vous êtes préoccupé par l'élocution de votre enfant, un spécialiste devra probablement en juger. S'il considère que le débit de votre enfant n'est pas normal, il vous conseillera de ne rien faire. Dans ce cas vous devrez peut-être simplement essayer de lutter contre votre propre anxiété. Si, par contre, des difficultés sont en train de se développer, le spécialiste et ce livre vous aideront.

Comment l'orthophoniste voit-il que votre enfant commence à bégayer?

Certains signes montrent que votre enfant a dépassé les types d'hésitations ou de difficultés qui seraient normaux à son âge, et qu'il commence à bégayer. Vous pouvez aider à y remédier en informant complètement le spécialiste que vous allez consulter. Pendant le rendez-vous votre enfant peut en effet ne montrer que peu, ou même aucun, des signes inquiétants. Si vous savez reconnaître les symptômes précoces du bégaiement, vous pouvez les signaler au spécialiste car votre contact quotidien avec l'enfant vous permet d'évaluer, mieux que quiconque, la fréquence et la régularité de ces signes révélateurs. Leur connaissance vous permettra également de savoir si une visite chez le spécialiste s'impose.

Les signes révélateurs

Le bégaiement est plus qu'une irrégularité du débit parlé. On y trouve aussi des silences au milieu d'une phrase et des réactions émotives de l'enfant face à ses «problèmes» de diction. Mais en cherchant à repérer les signes qui vous aideront à identifier le bégaiement, vous devez éviter d'attacher de

019

l'importance à des symptômes banaux. Ces signes doivent être considérés par rapport à son langage global dont le reste est peut-être très régulier. Rappelez-vous d'autre part qu'une difficulté d'élocution peut parfois exister temporairement chez des enfants qui ne sont pas des bègues.

1. La répétition multiple

Tous les gens, mais surtout les enfants qui apprennent à parler, répètent des mots et des phrases. Il n'est pas rare qu'un enfant de 4 ans répète un mot de nombreuses fois. Un jeune garçon qui ne bégaie pas peut répéter « et... et... et... et... » tant de fois qu'il finit par oublier ce qu'il voulait dire ! Parfois, des mots ou des sons de « mise en route » sont utilisés, par exemple le « euh » ou le « hum » prolongé ou répété.

Il est plus significatif que des fragments de mot, généralement la première syllabe, soient répétés. Lorsque ces répétitions surviennent souvent, sur un grand nombre de mots, et dans toutes sortes de situations, l'enfant a peut-être une difficulté anormale de l'élocution. La survenue de ces répétitions de syllabes peut être passagère, semblable aux gestes gauches que l'on remarque lorsque l'enfant apprend à marcher ou à courir. Mais le phénomène peut aussi s'aggraver et révéler l'existence d'une difficulté réelle. En tout cas, c'est une des premières choses que recherche le spécialiste dans son diagnostic du bégaiement.

2. Le « euh »

Le « euh » est très courant dans le langage quotidien. C'est un son neutre qui se rencontre dans les mots comme « beurre » ou « feu », « je veux » ou « peu ». L'enfant qui commence à répéter anormalement utilise ce « euh » d'une façon qui retarde et qui change le cours normal de ses phrases. S'il dit souvent « ta-ta-ta-table » on ne doit pas s'en inquiéter. Si par contre il dit « teu-teu-teu-table » cela constitue un signe d'alerte, en particulier s'il se situe entre les syllabes et « casse » ainsi le mot. Lorsque le mot commence par une voyelle, il peut le commencer par une série de « euh » avant de le dire entièrement. Vous aurez peut-être du mal à distinguer entre les deux façons de parler mais le spécialiste est habitué à les distinguer.

3. Les prolongements

Parfois, au lieu de répéter le premier son, votre enfant le prolongera : « Maman devient alors « Mmmmmmmmmmm-mmmmmmmaman ».

Ces trois premiers signes révélateurs — la répétition des sons, la répétition du « euh » et le prolongement des sons — peuvent se manifester à l'occasion chez *tous* les enfants. Lorsqu'ils reviennent trop souvent, dans trop de circonstances diverses et qu'ils commencent à altérer sa capacité de communiquer avec autrui, vous devez vous en préoccuper, car il y a de bonnes chances pour que d'autres symptômes se développent rapidement.

4. La crispation

Vous constaterez peut-être chez votre enfant un tremblement des petits muscles autour de la bouche et de la machoire lorsqu'il hésite sur un mot. Ce tremblement même léger peut être lié à la difficulté qu'a l'enfant à progresser dans sa phrase. Sa bouche peut se figer sans qu'aucun son n'en sorte. L'orthophoniste voudra savoir si vous avez souvent remarqué ce phénomène ou s'il dure plus longtemps qu'avant.

5. Hausse du ton et du volume de la voix

Lorsque votre enfant essaie de « sortir » un mot, le ton et le volume du son qu'il tente de produire peuvent monter avant qu'il n'ait fini de prononcer le mot. Sa voix glisse progressivement vers le haut ou saute brusquement vers un ton plus aigu. Dans les deux cas, il essaie de sortir le mot, et ce bruit de sirène signale le danger.

6. La lutte et la tension

Accompagnant l'un quelconque des signes de danger, vous observerez les témoignages d'une véritable lutte de l'enfant pour sortir les mots. Vous verrez des signes d'une crispation au niveau des lèvres, de la langue, du larynx ou de la poitrine lors de l'articulation de certains mots. A d'autres moments, il n'y aura pas de tension anormale, même lors de la prononciation de ces mêmes mots. L'intensité de la lutte peut varier énormément selon le moment et le lieu. Pendant certaines périodes, elle peut disparaître entièrement. En tout cas, l'existence de cette lutte et la tension qui en résulte augmenteront ses chances de contracter une difficulté chronique d'élocution.

7. Le moment d'angoisse

Vous remarquerez peut-être une expression d'angoisse sur le visage de votre enfant quand il aborde un

mot qui lui pose un problème. Dans ce cas, c'est probablement qu'il a déjà ressenti une difficulté avec ce mot; il commence donc à réagir d'une façon émotive à la « difficulté » ou à l'idée de la difficulté qui approche. Plus tard, cette peur momentanée peut s'accroître et l'enfant pleurera ou réagira d'une façon quelconque parce qu'il ne peut pas dire ce mot. Il peut avoir peur de certains mots dans certaines situations, ou craindre de prendre la parole. Si vous pouvez aider votre enfant quand la peur n'est encore que passagère, vous aurez de bonnes chances de prévenir des réactions émotionnelles plus violentes et plus dommageables.

8. Eviter le mot

La lutte pour parler et la crainte de parler peuvent amener votre enfant à essayer d'éviter certains mots, de différentes façons. Par exemple, il retardera l'attaque du mot jusqu'au moment où il est sûr de pouvoir le prononcer correctement. Vous remarquerez peut-être des pauses anormalement longues et fréquentes. Il évitera l'utilisation de certains mots, ou refusera parfois de parler. Il se servira de mots de rechange ou ajoutera des mots hors de propos ou des sons inutiles jusqu'au moment où il se sent prêt à prononcer le mot. Les hésitations normales liées au choix des mots ou de la phrase deviennent exagérément longues. Lorsqu'on voit qu'il sait ce qu'il veut dire mais ne le dit pas, c'est que son angoisse grandissante le pousse à ne pas parler.

Nous avons décrit séparément les cinq derniers signes d'alerte mais ils sont généralement simultanés. Des réactions d'angoisse et de fuite s'accompagnent souvent de lutte et de tension, cette dernière provoquant des tremblements.

Les huit signes de danger diffèrent radicalement des hésitations normales de deux façons. Les trois premiers — répétitions multiples, le « euh » et les sons prolongés — déforment la parole. Beaucoup d'enfants déforment les mots mais la communication n'est pas sérieusement entravée. Chez certains enfants, toutefois, les déformations sont évidentes. Lorsque l'enfant survient fréquemment, dans les situations différentes, il faut y reconnaître les signes d'un début de bégaiement. Les cinq autres signes de danger — tremblements, hausse de ton et de volume, lutte et tension, moment d'angoisse et fuite devant le mot — sont des réactions de l'enfant à ses propres difficultés de langage. Ce sont des com-

portements qui gênent sérieusement l'élocution et troublent la communication. Ils montrent que votre enfant essaie de faire quelque chose. Ce sont des réponses instinctives aux « difficultés » et votre enfant ne s'en rend peut-être même pas compte. Certaines « dérobades » et certaines formes de tension peuvent paraître utiles au début mais elles sont dangereuses à plus long terme; elles ajoutent les tics à son langage et souvent elles s'aggravent avec l'effort. Ces symptômes secondaires finiront par angoisser votre enfant et ceux qui l'écoutent.

La présence de ces signes de danger indiquent que votre enfant peut devenir bègue si l'on n'agit pas. Si vous ne l'avez pas encore fait, vous devez sans tarder montrer votre enfant à un spécialiste. De toute façon, il sera profitable de considérer les conseils qui se trouvent dans la deuxième partie de ce livre et d'appliquer ceux qui vous paraîtront correspondre au cas de votre enfant.

Si vous voulez observer l'élocution de votre enfant, il faut procéder avec précaution. La parole, comme les autres techniques apprises, ne s'enrichit pas uniformément. Vous remarquerez donc que l'enfant a plus de difficultés à certains moments qu'à d'autres. Notez bien les périodes ou les circonstances pendant lesquelles votre enfant parle plus facilement. De cette façon vous ne vous « affolerez » pas s'il semble parfois bégayer. Ne le surveillez pas avec attention chaque fois qu'il ouvre la bouche; regardez-le discrètement, en cachant votre intérêt. Essayez d'apprécier le degré de difficulté et tâchez de voir si son élocution s'améliore ou, au contraire, si elle s'empire. Lorsque le spécialiste vous demandera de repérer certains symptômes, essayez de le faire avec objectivité, comme si vous étiez un observateur étranger. Cela vous paraît difficile, et est difficile; mais vous pouvez y parvenir en écoutant votre enfant parler avec d'autres enfants ou adultes, pendant une conversation à laquelle vous ne prenez pas part.

Avant de vous indiquer ce que vous devez faire, il peut être utile de vous fournir certaines informations.

Pourquoi un jeune enfant bégaie-t-il?

Question frustrante, car en dépit de tout ce que nous savons sur le bégaiement, on ne peut pas donner une réponse simple. Il semblerait qu'il y ait beaucoup de raisons, qui varient d'un enfant à l'autre. De plus, le bégaiement persiste parfois, alors que les causes originelles ont disparu. Par exemple, certains

enfants, surtout très jeunes, ont des problèmes fondamentaux de coordination des mouvements nécessaires au langage rapide. Cette mauvaise coordination peut être la cause d'une certaine rupture du rythme de l'élocution, de même qu'une mauvaise coordination des muscles peut provoquer des chutes fréquentes lors de l'apprentissage de la marche. Cependant ce bégaiement peut persister lorsque l'enfant a appris à contrôler les muscles du langage, alors que chez la plupart des enfants il disparaît. C'est pourquoi nous pensons qu'il y a d'autres facteurs qui expliquent le développement du bégaiement.

Certaines émotions, une situation traumatisante isolée ou une série d'expériences angoissantes, peuvent provoquer des anomalies dans la diction. Le jeune enfant est particulièrement vulnérable car il ne maîtrise pas encore ses émotions et se sent « menacé » par un grand nombre de situations. L'interruption du langage peut être un symptôme de conflit ou d'anxiété intérieur, ou l'enfant peut éprouver une crainte de certaines situations verbales parce qu'elles lui rappellent d'autres circonstances où il a éprouvé une grande difficulté à parler. Cependant d'autres enfants peuvent avoir les mêmes réactions émotives sans pour autant commencer à bégayer.

Les disrythmies normales de tous les enfants peuvent être une source de difficulté. L'enfant lui-même, ou son entourage, peut réagir à ses problèmes d'élocution d'une façon telle qu'il en a honte. Or en général, plus il essaie de se corriger plus il a du mal, la réaction de son entourage devient du coup plus défavorable, un cercle vicieux se crée où l'enfant prend l'habitude de parler d'une façon qu'il n'a pas l'impression de maîtriser.

Vous vous êtes peut-être demandé si votre enfant bégaie à la suite d'un événement qui l'a effrayé. Ceci peut effectivement être la cause de certains troubles, mais ceux-là sont généralement temporaires et sont rarement à l'origine d'un bégaiement. Le bégaiement est-il « contagieux » ? En fait il semble que le bégaiement commence rarement, sinon jamais, par imitation.

Le bégaiement se trouve souvent dans les mêmes familles; est-il donc transmis par hérédité? Si oui, cela indiquerait l'existence d'un facteur organique. La recherche dans ce domaine est très difficile dans la mesure où seulement environ 1% de la population souffre de bégaiement et où celui-ci est extrêmement variable chez la même personne d'un moment à l'autre.

Vous voyez donc que nous ne pouvons pas dire « voilà pourquoi les enfants bégaient », par contre nous connaissons beaucoup de facteurs qui aggravent le bégaiement.

Certains d'entre eux proviennent de l'enfant lui-même, d'autres de vos réactions, de votre attitude et de votre comportement.

Comparaison de l'enfant qui bégaie et de l'enfant qui ne bégaie pas

En dehors de son bégaiement, c'est un enfant tout à fait normal. Son intelligence n'est pas différente de celle des autres — certains ne sont pas très rapides, d'autres très intelligents et la plupart dans la moyenne. Les chercheurs ont longtemps essayé de trouver des différences physiques et psychologiques entre ceux qui bégaient et ceux qui ne bégaient pas. Les quelques différences mineures observées dans certaines études n'ont pas pu être confirmées. Chez les personnes plus âgées, les différences entre bègues et non-bègues sont plutôt le résultat du bégaiement que sa cause. Le jeune bègue semble lui aussi équilibré que ses amis non-bègues. Il a peut-être des problèmes de caractère, mais ceux-ci ne sont pas liés à sa façon de parler.

Quelques autres faits sur le bégaiement

Moins de 1% de la population bégaie, mais un plus grand pourcentage de jeunes enfants traverse un stade de bégaiement temporaire. Ce chiffre peut sembler peu important mais il implique tout de même des millions d'enfants.

Il y a environ quatre fois plus de garçons qui bégaient que de filles. De nombreuses théories ont été élaborées pour expliquer ce fait, certaines paraissent logiques, mais nous ne savons pas si elles sont exactes.

Le bégaiement s'aggrave presque toujours quand l'enfant est anxieux ou ému. C'est pourquoi la plupart des conseils que nous vous donnons ont pour but de réduire l'anxiété. La difficulté est d'identifier les sources d'anxiété et de choc émotif chez un enfant donné. On a constaté chez de nombreux jeunes enfants que le fait d'éliminer une tension peut être suivi d'un retour presque «miraculeux» à une diction normale.

Ce retour à la normale est peut-être lié au fait que beaucoup d'enfants cessent de bégayer sans aucun traitement, même lorsque des conditions de vie difficiles persistent. On a estimé que pour chaque personne

qui bégaie, trois autres ont bégayé pendant leur enfance, puis ont parlé normalement.

Les causes invoquées pour ces guérisons par les anciens bègues et leurs parents sont très variées et de peu d'utilité pour la compréhension du bégaiement. Cette évolution est-elle due à la croissance? Ceux qui pensent que le bégaiement est causé par un développement insuffisant du système nerveux et musculaire, estiment que les enfants peuvent se corriger en grandissant. La plupart des experts pense que 95% des bégaiements sont la conséquence d'une série de réactions émotives et de comportements acquis. Dans ce cas les réactions émotives liées aux problèmes d'élocution ne disparaîtront pas avec la croissance et l'enfant qui les a acquis doit, pour se débarasser du bégaiement, changer son comportement d'une façon ou d'une autre.

Nous savons que la fréquence du bégaiement varie d'un moment à l'autre et selon les circonstances. L'enfant bègue parlera dans certaines occasions sans aucune difficulté, généralement quand il parle tout seul, quand il s'adresse à des animaux domestiques ou qu'il chante. Le bégaiement peut disparaître totalement pendant des périodes relativement longues, puis revenir en force. Cela se produit généralement lorsque l'anxiété s'aggrave, mais il n'est pas toujours possible d'identifier avec certitude la source de l'anxiété.

Nous savons aussi que la plupart des conseils traditionnels sont inutiles. En fait ils aggravent souvent le problème. Les suggestions comme « Parles lentement », « Prends une grande respiration » ou « Détends-toi » sont non seulement inutiles mais nocives. Si on demande à l'enfant de répéter sa phrase, il pourra le faire sans incident, mais on n'aura rien changé au problème fondamental. Encore pire sont les ordres criés tels que « Arrêtes! » accompagnés d'un regard dur ou d'une gifle. Ces méthodes sont basées sur l'idée fausse que le bégaiement n'est qu'une « mauvaise habitude » et qu'avec un peu de volonté l'enfant peut le faire cesser complètement; ou bien qu'il fait exprès de bégayer pour vous énerver.

DEUXIEME PARTIE

Comment aider votre enfant

Les conseils que nous vous donnons sont très divers. Certains sont précis et concernent les comportements que vous devez adopter. D'autres suggèrent une conduite générale mais vous laissent l'initiative des applications dans chaque circonstance. D'autres encore ont pour but d'élargir votre compréhension du problème et de vous amener à réexaminer vos idées et vos réactions. En tout cas, rappelez-vous que la façon d'agir peut être aussi importante que l'action elle-même. Vos idées et vos attitudes auront inévitablement un effet sur les relations entre vous et votre enfant. Ce que vous lui demandez de « faire » ou de « ne pas faire » ne sera utile que si vous y croyer vraiment. Vous devrez toujours faire preuve d'esprit critique lorsque vous appliquerez nos recommendations car chaque adulte et chaque enfant a des réactions personnelles et celles-ci peuvent varier selon les circonstances.

Aider votre enfant à parler sans difficultés

Notre but n'est pas de rédiger un manuel du parfait parent. Les faits sur lesquels nous allons insister sont liés à la capacité de votre enfant de parler couramment et de communiquer librement avec autrui. Si vous êtes préoccupé par son élocution, les recommandations qui suivent seront particulièrement importantes, mais elles auront également pour effet de faciliter le développement social de n'importe quel enfant.

Les thèmes évoqués peuvent vous amener à modifier votre comportement ou à reconsidérer l'importance que vous accordez à certaines choses, cependant ceci ne signifie pas que c'est « votre faute » si votre enfant commence à bégayer.

Le bégaiement n'est pas dû à un événement isolé ou à une personne. Un grand nombre de causes fugitives et tenues peuvent avoir une influence. Le problème peut exister à un moment donné et disparaître l'instant suivant. Votre enfant peut parler comme les autres la plupart du temps, mais sembler parfois plus anxieux et plus conscient des changements du rythme de sa diction. Or il y a dans son environnement un élément très important sur lequel vous avez un contrôle direct, vous-même. Pour un grand nombre d'enfants, certains changements chez vous et chez d'autres membres de la famille seront très utiles pour encourager une élocution normale.

Interactions du langage

Afin de vous aider à parler avec votre enfant d'une façon qui l'aidera à bien parler à son tour, il serait peut-être utile de revoir rapidement ce que vous pouvez attendre de votre enfant entre 2 et 6 ans. Pendant cette période, il y a une explosion de la croissance et du développement. A deux ans, il devrait utiliser assez régulièrement des mots et des courtes phrases. A six ans, il devrait construire de longues phrases complexes. Son vocabulaire se sera énormément développé et il apprendra chaque jour de nouveaux mots. En même temps il aura appris qu'il peut influencer le comportement des autres et exprimer l'amour et la haine par la voix et les mots. Il utilisera largement la parole dans ses relations sociales. Son système de valeurs fondamentales — ce qui est « bien » et ce qui est « mal » — se cristallisera. Il aura beaucoup d'occasions d'aller et venir, de grimper, d'explorer, de rire et de pleurer, et même d'accepter certaines responsabilités concernant son existence. De nombreuses portes et de nouveaux points de vue s'ouvrent à lui, or la parole joue un rôle prépondérant dans toutes ces activités nouvelles. Non seulement il doit se faire comprendre, mais il doit pouvoir dire ce qu'il veut au moment où il le veut. C'est dans le contexte de tous ces changements qu'on doit considérer les suggestions qui suivent.

Soyer « toute ouïe »

Vous allez peut-être être étonné que nous accordions tant d'importance à l'écoute. Bien sûr, vous « écoutez » votre enfant; il est même difficile de ne pas l'entendre vers 3 ou 4 ans,

au stade où il bavarde constamment et pose sans arrêt des questions. Mais vous vous êtes peut-être déjà aperçu que vous écoutez «sélectivement», au moins pour vous «protéger» de son bavardage. Or vous pouvez l'écouter sélectivement mais d'une manière qui ne lui donne pas l'impression que «vous ne l'écoutez jamais» ou que vous ne voulez pas l'écouter. De plus, vous devez développer votre écoute afin d'apprendre ce qui est important pour votre enfant et sont développement.

Vous aurez une communication plus riche et plus profonde avec lui si vous veillez à la manière dont vous l'écoutez.

Vous serez étonné de constater que les échanges entre vous et lui, mais aussi entre vous et d'autres personnes, prendront une dimension nouvelle. Vous y arriverez en appliquant la procédure suivante pendant quelques jours.

1) Les deux ou trois premiers jours, essayez d'analyser votre manière d'écouter; la fréquence de l'intensité de votre écoute: Quels sont les sujets qui attirent votre attention: la variation de l'intensité d'écoute — allant de l'attention distraite où vous n'entendez qu'une petite partie de ce qu'il dit jusqu'à l'attention totale accordée à chacune de ses paroles. Le laissez-vous terminer sa phrase avant d'intervenir? Essayez-vous de le faire parler plus vite? Quelle part de son bavardage entendez-vous réellement? Parle-t-il souvent et de quoi parle-t-il? Quelle est votre réaction lorsqu'il vous interrompt au milieu d'une activité ou d'une conversation intéressante? Combien de fois le regardez-vous pendant que vous l'écoutez activement?

2) Ensuite, pendant un ou deux jours (plus si vous le voulez) essayez de modifier l'équilibre de votre écoute en fonction de ce que vous avez observé. Il est normal de ne pas écouter attentivement l'enfant chaque fois qu'il ouvre la bouche, surtout s'il est bavard, mais vous pouvez décider qu'il serait mieux d'écouter «plus» ou «moins»; vous pouvez modifier l'intensité de votre écoute et lui prêter une plus grande attention dans des situations où vous ne l'écoutiez pas précédemment. Si besoin, changez votre réaction quand il vous interrompt. Il est important de prendre conscience du fait que vous pouvez très bien modifier votre écoute sans aller aux extrêmes.

3) Les jours suivants, faites l'effort (mais pas trop appuyé) de comprendre ce qu'il y a derrière les mots qu'il adresse à vous et aux autres. Chacune de ces phrases contient plus que des paroles. Il vous envoie constamment des messages riches d'émotions et de sous-entendus. Notez de quelle façon il le fait, avec quelles modulations

de voix, quelles interruptions, quelles répétitions; notez l'agencement des mots, sa façon de vous regarder ou de fuir votre regard.

Prenons quelques exemples:

Vous parle-t-il sur un ton pleurnicheur et gémissant, alors qu'il prend un ton normal pour s'adresser aux autres? A-t-il un ton craintif avec certains membres de la famille? Remarquez-vous un ton plaintif, avide d'attention lorsqu'il dit «Maman»? Répète-t-il certains mots plus souvent avec certaines personnes qu'avec d'autres? Quand il parle à ses poupées ou à des camarades imaginaires, s'exprime-t-il couramment? Leur parle-t-il sur un ton assuré et autoritaire différent de celui qu'il emploie avec les personnes de son entourage?

Les sujets qu'il aborde ou certaines questions peuvent être une indication sur les craintes ou les anxiétés qu'il dissimule.

Exemple: Pose-t-il une série de questions sur le même sujet pendant plusieurs jours de suite — par exemple sur la maladie ou les accidents? Vous demande-t-il de ce qu'il devrait faire s'il arrivait telle ou telle chose? Pose-t-il la question très souvent alors que vous savez qu'il connaît la réponse? S'il le fait c'est sans doute qu'il essaie d'attirer votre attention, ce qui peut être l'indication d'un problème plus profond.

Si vous suivez ces trois procédures, vous l'écouterez avec plus de compréhension. Vous pourrez réagir correctement non seulement aux mots mais aussi aux émotions que cachent ces mots. C'est l'essence d'une communication.

A mesure que vous deviendrez conscient de la nécessité de bien écouter (et parfois de ne pas écouter) vous trouverez le moyen de choisir parmi tout ce qu'il dit ce qui a de l'importance pour lui et pour vous, tout en ne négligeant pas les devoirs et les plaisirs de la vie quotidienne. Vous montrerez à votre enfant que vos tâches journalières ne vous empêchent pas de l'aimer et de vous intéresser à lui — et la preuve en est que vous arrêtez parfois vos activités pour vous occuper de lui. A certains moments il faudra l'écouter avec une grande attention, mais cela dépendra de l'enfant lui-même et non de vos propres impulsions.

4) Enfin, essayez de repérer les indices et les signaux envoyés par votre enfant lorqu'il cherche à vous faire comprendre qu'il faut écouter tout de suite. Ces signaux sont généralement envoyés avant que l'enfant n'en arrive au stade d'énervement bruyant et de pleurnicherie qui crée par lui-même un problème. Cette situation peut se présenter

20

rarement mais lorsqu'elle se présente, remarquez le bien, notez les expressions du visage, les attitudes, ou les mouvements qui suggèrent un repli. En ce qui concerne la voix, le besoin d'attention se manifestera par une modification importante du ton — qui devient généralement plus doux — ou par des hésitations et des répétitions. Vous devez apprendre à trier et identifier les signaux envoyés par votre enfant. Quand vous les connaîtrez bien, vous commencerez à les capter inconsciemment et vous saurez alors à quels moments il faut l'écouter attentivement.

L'écoute est une partie très importante du processus d'information et elle est intimement liée à votre émotivité. Donc en améliorant la qualité de votre écoute, vous pouvez influencer directement l'élocution de votre enfant. Lorsque vous appliquerez les quatres mesures dont nous venons de parler, souvenez-vous que le fait d'écouter doit être une joie, une satisfaction et non une charge.

Ne parlez pas
« à » votre enfant,
parlez « avec » lui

Votre façon de parler est très liée à votre façon d'écouter. Vous avez parfois l'impression d'être obligé de beaucoup « parler à » votre enfant — pour lui donner les renseignements, lui expliquer ce qu'il faut et ne faut pas faire, lui faire des remontrances et contrôler son comportement avec la voix et les paroles. Vous vous trouvez très souvent en situation telle que vous vous adressez à lui. Il n'est pas étonnant que certains enfants soient sensibilisés à ce flot de paroles. Vous pouvez éviter cette réaction si vous faites l'effort de parler *avec* lui, c'est-à-dire de rendre possible un véritable échange d'idées et de sentiments. Ainsi rééquilibré, parler redevient un moyen de communication.

Pour y parvenir commencer par vous écoutez vous-même pendant toute une journés. Notez la part de votre discours qui est dirigée vers lui. Puis prenez le temps de réfléchir et de choisir les sujets dont vous pouvez discuter *avec* lui. Posez-lui des questions qui ne portent ni sur son comportement ni sur des choses qu'il devrait ou ne devrait pas faire. Encouragez-le à parler de choses qu'il a ressenties pendant la journée ou de ses activités. C'est dans ce domaine que vous pourrez renforcer votre habitude de bien écouter. Vous devez participer à une conversation — ne vous contentez pas de poser des questions. Prenez garde de ne pas porter des jugements de valeur à ce moment-là — pas de critique. Ce genre d'échange lui donnera un cadre idéal pour s'exprimer du mieux qu'il peut.

21

Soyez un bon exemple pour votre enfant

Nous pensons que vous essayez déjà de donner à votre enfant l'exemple d'un bon language. Vous parlez clairement et choisissez le mot précis pour désigner les objets et les évènements. Vous adaptez d'une certaine façon votre vocabulaire et la longueur de vos phrases à son âge et à son niveau de développement. Nous aimerions vous donner quelques autres suggestions qui portent plus spécifiquement sur la diction. Parlez-vous habituellement très vite et sans pause? Il essaie peut-être de vous imiter sans en avoir encore la capacité. Si vous pensez que c'est le cas, vous pouvez vous efforcer de parler un peu plus lentement. N'exagérez pas, bien sûr. Vos phrases sont peut-être un peu longues et compliquées — ou longues et décousues. Parfois il a peut-être du mal à vous comprendre, même s'il saisit le sens général de votre discours. Dans ce cas, ses réponses risquent d'être incertaines. Essayez d'utiliser des phrases plus courtes, mais ne les simplifiez pas exagérément.

Avez-vous tendance à lui couper la parole fréquemment ou à ne pas lui laisser terminer une phrase sous prétexte que vous en avez déjà deviné la fin? Pour lui cela crée un sentiment de pression. Laissez-lui le temps. Apprenez à agir et à parler avec un peu plus de patience.

Rendez-lui la conversation agréable et pleine de satisfactions

Lorsque vous aurez appris à écouter de cette façon, vous aurez déjà commencé à rendre agréable pour votre enfant le fait de parler, mais vous pouvez faire plus encore. Même pendant sa première année, vous pouvez associer la conversation à des activités agréables. Chanter en le tenant dans vos bras ou en le berçant est un plaisir pour vous deux qui peut continuer au delà du stade de la prime enfance. Parlez avec lui des choses que vous faites.

Apprenez-lui des devinettes et des histoires drôles. Il ne saura pas bien les raconter au départ, mais ne le corrigez pas pour cela. Vous serez peut-être étonné de constater que de très jeunes enfants peuvent avoir un sens de l'humour très développé. Plus il s'amuse en parlant, plus vite il apprendra que parler est d'abord un plaisir, et ceci compensera les occasions où vous êtes obligé d'utiliser le langage pour réprimander ou punir. Essayez de faire en sorte qu'à certains moments il soit écouté par toute la famille, même si pour cela il faut réprimer certaines réactions de ses frères et sœurs plus âgés. Après tout, ils doivent apprendre à laisser parler les autres au lieu de prendre le premier rôle à chaque fois que cela leur plaît. Il faut surtout veiller à ce que votre enfant ne

22

subisse pas trop de frustrations lorsqu'il essaie de s'esprimer.

Racontez
ou lisez des histoires

Lire à haute voix et raconter des histoires sont des moyens de souligner le côté agréable du language; ces activités sont très importantes et méritent qu'on en parle plus longuement. Faites-lui la lecture à haute voix souvent et régulièrement. Lorsque vous lisez ses histoires préférées, laissez-lui le temps de terminer certaines phrases ou de raconter lui-même une partie de l'histoire s'il le désire. Il répètera peut-être mot pour mot le texte ou bien choisira ses propres mots. Racontez-lui des histoires. Si vous ne vous sentez pas un talent de conteur, commencez par lui expliquer ce qui se passe dans des images, photos ou dessins. Plus tard, encouragez-le à faire la même chose. Commencez alors par des images qui lui plaisent et que vous lui avez déjà montrées. Ou bien, racontez des choses qui vous sont arrivées quand vous étiez «petit» ou même des choses sur lui lorsqu'il était plus jeune. Les enfants adorent ce genre d'histoire. Eviter les histoires qui font peur; même s'il a l'air de les aimer, elles peuvent le perturber. A l'occasion, encouragez-le à vous raconter une histoire ou une expérience mais ne le forcez pas s'il n'en a pas envie.

Aidez-le à exprimer
ses sentiments verbalement

Est-ce que vous dites souvent à votre enfant que vous l'aimez et qu'il vous plait? Si vous ne lui donnez pas l'exemple, il aura du mal à apprendre à exprimer ces sentiments très importants. Qu'est-ce qui vous fait rire? Si vous avez tendance à vous amuser de choses qui blessent les autres et à vous moquer d'eux, il aura le sentiment que seule la moquerie est «drôle». Lorsqu'il lui arrivera le même genre de choses que celles dont vous vous êtes moqué, il s'apercevra qu'elles ne sont pas drôles du tout; il sera donc en conflit avec lui-même. Si vous employez ce genre d'ironie tout en lui recommendant de ne pas blesser les autres (physiquement ou psychologiquement), il sera «perdu». Cette confusion deviendra une source supplémentaire d'incertitude et d'hésitation verbale. Il a besoin d'apprendre qu'il y a différentes sortes de rires. Vous pouvez le faire en parlant avec lui de ce qui vient de vous faire rire tous deux — mais n'analyser pas trop, vous risqueriez d'en détruire l'humour. Riez de choses drôles et non pas de celles qui blessent.

La prochaine fois qu'il exprimera la colère ou la rage, écoutez-le. Vous constaterez peut-être qu'il réagit trop violemment. Parlez-lui de ce qui le met en colère. C'est peut-être un ensemble de frustrations, d'expé-

riences négatives; c'est peut-être le fait que les autres ne l'écoutent pas, une imitation de vos propres colères, ou de la fatigue due au manque de sommeil. Peut-être est-ce une combinaison de ces différentes choses, ou d'autres encore. Ayant compris cela, expliquez-lui comment il aurait pu employer des moyens plus appropriés pour exprimer ses sentiments; aidez-le à les exprimer par des mots. Montrez-lui comment on peut obtenir le résultat voulu sans créer de nouveaux problèmes par les manifestations de colère. Vous pouvez traiter les autres émotions de la même manière. Quand il aura appris à s'exprimer, les conflits intérieurs qui donnent naissance à certains problèmes d'élocution seront atténués.

La communication non-verbale

Il existe d'autres moyens d'expression que la parole. L'impression d'accord ou de malaise naît d'une foule de messages non-verbaux entre vous et votre enfant. Vous le savez déjà, mais il est possible que vous ayez parfois tendance à oublier l'importance de ces messages. Ou encore vous pensez qu'en grandissant votre enfant n'en aura plus besoin. Ou vous n'y prêtez pas attention. Toutefois, en analysant vos actions, vous commencez à prendre conscience de l'influence de cette communication non-verbale des sentiments sur l'idée que votre enfant se fait de lui-même.

La plupart des gens pense que la communication est uniquement verbale — un moyen d'exprimer tout haut ses idées ou ses pensées. Mais il y a autre chose. Avant de commencer à parler, l'enfant avait un babillement qui ressemblait à un langage — bien qu'il ne contienne aucun mot compréhensible. C'était déjà une forme de communication. En le sachant et en répondant de la même façon, vous en avez tous deux retiré une grande satisfaction. De même, en grandissant, il a continué à se servir, pour exprimer ses émotions, de mots tantôt incompréhensibles, tantôt banaux, tout comme l'adulte. Des mots peuvent devenir des non-mots. Par exemple, nous répétons souvent des phrases et des idées tout en sachant que ceux qui nous écoutent nous les ont déjà entendu prononcer. Nous disons «bonjour», ou «salut» sans penser à la signification de ces mots. Ils sont seulement un moyen d'établir un lien avec autrui pour ne pas se sentir seul. En écoutant votre enfant vous pourrez vous rendre compte qu'il parle souvent de cette façon. «Maman, j'ai quelque chose dans l'œil!» «Papa, re-

24

garde, je me suis fait mal à la jambe!» Votre réponse par elle-même n'a pas autant d'importance que le fait de lui accorder votre attention. Il peut reposer souvent les mêmes questions, ou vous interrompre dans une activité pressante pour faire un commentaire ou poser une question dont il connait la réponse. Si vous êtes attentif au message contenu dans ses paroles, vous saurez mieux adapter votre réponse.

Cherchez des moyens non-verbaux d'exprimer les sentiments

Regardez votre enfant et souriez lui sans raison. S'il vous demande pourquoi, vous pourrez lui dire que c'est parce que vous l'aimez. Touchez-le ou caressez-lui la tête quand il passe près de vous — pas chaque fois bien sûr. Par l'expression de votre visage et par vos paroles, exprimez que vous êtes fier de lui. Aidez-le à faire des choses difficiles, avec le sourire, mais ne lui demandez pas de paroles de remerciement.

Analysez la voix

Ecoutez ses intonations (et les vôtres), le volume et le ton de la voix, les changements de timbre pendant vos conversations. Essayez d'identifier les émotions qui sont contenues dans les paroles. Vous serez peut-être obligé de faire une analyse de vos propres émotions pour y arriver. Ecoutez parler les autres quand la conversation ne vous concerne pas. Ou bien, branchez un magnétophone et laissez-le tourner jusqu'à ce que tout le monde ait oublié sa présence. Ecoutez-en ensuite les parties qui paraissent le mieux traduire votre façon de parler. Que devez-vous écouter? Vous savez peut-être déjà combien votre voix devient forte quand vous êtes fâché contre votre enfant ou contre le monde. De plus, votre voix monte sans doute et devient peut-être dure et éraillée. Vous remarquerez peut-être des changements de ton — des inflexions montantes et descendantes lorsque vous essayez de rester calme mais que vous avez du mal à contrôler votre énervement. Quand la tonalité de la voix devient plus grave et que son volume décroît, ceci indique généralement que vous «abandonnez la partie», et que vous renoncez à l'aider. Parfois, vous entendrez un ton condescendant quand vous vous adressez à lui. Les intonations de votre voix ne sont peut-être pas aussi caractérisées mais elles sont toujours les mêmes quand vous parlez à votre enfant et différentes de celles utilisées avec les autres. Parlez-vous de la même façon à votre chien et à votre enfant? Quelles que soient vos observations, essayez de modifier votre langage pour faire insister sur les intonations qui traduisent

25

des sentiments positifs et constructifs.

Ménagez du temps pour l'intimité

Les moments où vous êtes le plus proche de votre enfant vous paraissent précieux. Souvent à ces instants vous ne vous dites pas grand-chose mais vous avez une activité commune qui se contente de peu ou pas de paroles. Ces moments peuvent être brefs mais, leur répétition contribuera à lui donner un sentiment de sécurité et il aura probablement tendance à moins bégayer.

Souvent, ces situations se produiront spontanément — mais vous pouvez également les provoquer. Ce sera peut-être simplement en partageant son jeu de cubes, en rangeant avec lui ses jouets avant de le coucher, en vous promenant dans un jardin. Ces activités n'engendreront pas toutes le degré d'intimité que vous recherchez, car elles doivent être spontanées, mais elles auront pour effet général d'instaurer progressivement un climat dans lequel l'enfant se sent aimé et désiré sans être obligé de produire un flot incessant de paroles. Les paroles d'amour sans accompagnement non-verbal sont creuses et l'enfant s'en rend vite compte.

La vie de tous les jours

Elever votre enfant est bien sûr plus que converser. Une jeune existence est pleine d'activités et d'occasions qui permettent de devenir fort et sûr de soi ou au contraire de se sentir faible et menacé. Nous n'essayerons pas de vous donner ici un manuel du parfait parent; mais certains moments de la vie vous offrent l'occasion d'aider l'enfant à parler plus facilement. Examinons-en quelques uns.

Les repas

Si votre enfant est « difficile » pour la nourriture, si les repas sont devenus un problème pour vous et pour lui, vous voudrez peut-être étudier ce qui s'y passe. Bégaie-t-il plus à table? Quels sont les conflits? Vous adressez-vous « *à* » lui, le grondez-vous souvent? Nous vous conseillons d'examiner vos propres anxiétés, vos propres exigeances. Vous faites-vous du souci au sujet de la quantité ou de la qualité de ce qu'il mange? S'il a une bonne alimentation à sa disposition, s'il n'est pas harcelé à table et s'il ne grignote pas juste avant le repas, il aura assez faim pour manger ce dont il a besoin. S'il a tendance à perdre l'appétit au moment et à

l'endroit habituel des repas, essayez de changer les habitudes pendant un temps. N'est-ce pas parce que vous vous souciez trop de sa façon de manger? Donnez-lui des leçons de « bonnes manières », comme un jeu pendant le goûter. Le reste du temps, refrénez votre envie de le corriger. Ne confondez pas « boire et manger » avec « discipline et contrôle ». Il sortirait toujours vainqueur d'un tel conflit (mais cela vous coûtera à tous les deux) car vous ne pouvez pas *l'obliger* à manger. Alors n'essayez pas. Vous ne parviendriez qu'à rendre tout le monde malheureux. Vous pouvez cependant tenir en main l'endroit et le contenu des repas. Mais même ces deux choses ne devraient pas être trop rigides — vous pouvez les modifier de temps à autre, en lui laissant savoir que c'est une exception.

Le coucher

Vous ne pouvez pas l'obliger à s'endormir et, si vous essayez de le faire vous vous apercevrez un jour que c'est lui qui dirige l'opération du coucher. La clef de la régularité, c'est d'éviter (ou d'éliminer complètement) toutes les activités superflues qu'on a tendance à y associer. Nous sommes sûrs que vous connaissez déjà les tactiques qu'il utilise pour retarder le moment d'aller au lit. N'en ajoutez pas vous aussi.

Le soir est généralement le meilleur moment pour lui lire une histoire, mais vous pouvez le faire un peu plus tôt au lieu de l'incorporer au rituel du lit. Vous pouvez le tenir quelques instants dans vos bras avant de le coucher; cela le calmera.

La propreté

Là encore, vous ne pouvez pas l'obliger à aller aux toilettes ni contrôler les « accidents »; alors, n'essayez pas. Si vous êtes impatient et tentez de le rendre propre trop tôt — vous aurez peut-être le résultat inverse. S'il lui arrive encore de faire « pipi au lit », il est important de ne pas agir comme si votre enfant était « raté » et malpropre. Vous pouvez l'aider à comprendre que même si vous êtes irrité de ce qu'il a fait, vous l'acceptez, lui — non pas « en dépit » de ce qu'il a fait, mais parce qu'il fait partie de vous. En diminuant son sentiment de culpabilité, vous l'aiderez à s'exprimer.

Le comportement général

Votre enfant peut douter de lui-même et se considérer comme un raté si vous exigez qu'il se conforme à votre image du comportement idéal. Etes-vous trop perfectionniste en ce qui le concerne? Souvenez-vous que les garçons bégaient beau-

27

coup plus que les filles. Certains psychologues pensent que cette différence vient du fait que notre société demande plus aux garçons. On veut qu'un garçon soit plus « solide » qu'une fille, on lui demande d'être « un homme ». S'il pleure pour des raisons que l'on trouve inacceptables chez un garçon, il n'est pas « à la hauteur ». Ainsi, ses émotions très fortes ne trouvent pas d'expression et créent un conflit qui fait qu'il se sent coupable et incapable. Les difficultés de langage surgissent souvent à ces moments et peuvent se greffer à ces sentiments par un processus de conditionnement.

De même, nous exigeons certaines manifestations de politesse même si les mots sont répétés comme un perroquet. Toujours vouloir qu'il soit toujours au mieux de lui-même c'est trop lui demander. Ayez de l'indulgence pour sa jeunesse, ses intérêts, sa faiblesse humaine. Nous espérons fortement que vous n'êtes pas de ces parents qui font de petites remarques dénigrantes et dévastatrices pour cacher leur gêne lorsque l'enfant ne dit pas « bonjour » ou une autre formule de politesse à un étranger. Ce n'est qu'un petit enfant et si vous êtes gêné par son comportement, c'est que vous êtes peut-être trop perfectionniste.

Comment réagissez-vous à ses crises de colère? Il est évident qu'une certaine discipline est nécessaire et qu'il doit apprendre à contrôler ses émotions. Si vous lui enseignez qu'il doit refouler sa colère, il apprendra peut-être que ses problèmes d'élocution qui accompagnent souvent cette colère, peuvent aussi être contrôlés ou éliminés. Mais les contrôles que vous appliquez ne doivent jamais lui donner le sentiment qu'il a tort d'avoir cette émotion. Ne lui donnez jamais un sentiment de honte. Si vous parlez calmement de son comportement et des moyens de faire face à ses émotions, vous l'aiderez beaucoup à faire la différence entre le fait *d'avoir* des émotions, et la façon de les exprimer.

De même, les manifestations d'agression et d'hostilité envers d'autres enfants et envers vous peuvent être reçues de telle façon quelles ne provoquent pas d'autres difficultés.

Il doit apprendre à contrôler ses sentiments d'une façon constructive. Si vous lui donnez un sentiment de culpabilité et de honte, vous lui apprenez que c'est lui qui est « mauvais ». Que peut faire un enfant de quatre ans avec cette idée sinon être malheureux et incertain dans la vie?

Vos sentiments et vos actions définiront votre façon de l'aider. Vous pensez peut-être d'une certaine façon que l'on *doit* avoir honte et se sentir coupable d'avoir de tels sentiments. Si c'est le cas, c'est que, sans le savoir, vous lui transmettez ce que

vous avez appris autrefois. Si vous vous jugez indigne parce que vous avez ces émotions négatives, ou si vous n'arrivez pas à contrôler vos émotions et à les canaliser, vous aurez du mal à lui apprendre autre chose. Il faut donc commencer par là. Ecoutez d'abord votre propre langage lorsque vous êtes très en colère contre l'enfant. Quel que soit votre réaction au moment de la colère, que faites-vous après? Il a besoin d'explications pour savoir ce que vous vouliez lui apprendre par votre colère; ou bien il faut l'aider à comprendre que vous vous êtes mis en colère uniquement parce que vous étiez énervé ou fatigué. De toute façon, il a besoin de savoir. Car, même si vous êtes parfois maladroit, cela ne change rien à ce qu'il doit apprendre. Ne vous attendez pas à ce qu'il modifie ses réactions immédiatement — il a besoin de temps et d'expérience — mais encouragez ses efforts dans ce sens.

Les frères et sœurs
(la concurrence)

Si votre enfant a des frères et sœurs, vous connaissez l'influence, en bien ou en mal, qu'ils peuvent avoir sur son développement. Ils l'aident à parler et à faire des choses très tôt, puis ils ne lui laissent pas l'occasion de les faire! Tous vos enfants sont parfois en compétition pour obtenir votre attention, et ils ont tous leur façon d'y arriver; celui qui parle le plus vite et le plus fort a le plus de chance. Il faut souvent discipliner le reste de la famille pour donner à l'enfant qui a le plus de difficultés d'élocution l'occasion de parler à son tour. S'il a tendance à être plus timide ou plus hésitant que les autres, il faudra peut-être le soutenir plus souvent mais ne lui donnez pas toujours la parole. Il ne faut pas non plus interdire systématiquement aux autres enfants de l'interrompre. Soyez raisonnable. Si vous le couvez trop, il se servira d'autant plus du bégaiement qui lui paraîtra donner un avantage sur les autres enfants. Soyez souple en définissant ses «droits à la parole». Lorsqu'il fait une crise, il faut lui accorder une plus grande attention — ceci est vrai pour tous les enfants. Cependant, la «crise» doit être réelle et non pas fabriquée. Si vous hésitez, accordez-lui l'attention qu'il réclame.

Essayez d'établir les relations avec tous vos enfants sur certains principes communs : ils doivent avoir tous l'occasion de se faire entendre; chacun a ses propres moyens de communiquer et tous ces moyens sont valables; il faut qu'il y ait des différences de langage et de comportement, car ce sont ces différences qui donnent à l'enfant sa personalité unique. Il faut tolérer de la même façon les particularités chez les gens qui

29

ne font pas partie de la famille. Evitez de critiquer quelqu'un en faisant remarquer un aspect de sa personnalité ou un trait physique. Si vous ironisez sur les gens qui ont peur du noir, si vous vous moquez de quelqu'un qui a les dents en avant ou les yeux bizarres, si vous avez exagérément pitié d'un infirme, le message qui parviendra à votre enfant est que « c'est mal d'être différent ». Alors ses différences à lui, telle sa mauvaise élocution, prendront des proportions monstrueuses.

La discipline

Nous n'essayerons pas de vous dire exactement comment vous devez discipliner votre enfant. Il existe de nombreux articles et livres (et beaucoup de gens) pour cela. Mais il y a des comportements typiques qui influencent la façon dont l'enfant se juge lui-même et juge les autres. Tout ce qui lui inspire une crainte injustifiée ou l'incertitude risque de le faire hésiter dans son langage. S'il pense qu'il est « mauvais », il hésitera à parler. Or, en même temps vous devez le préparer à se comporter correctement dans une société complexe et à agir d'une manière qui convient à peu près aux habitudes de la famille. Votre façon de faire a une influence directe sur l'image qu'il a de lui-même.

Votre utilisation du langage pour punir ou récompenser votre enfant est importante. Vous pouvez le fouetter avec des mots ou des expressions du visage. Vous pourrez le contrôler plus étroitement ainsi mais le prix de son obéissance est trop élevé. Si vous vous mettez en colère lorsque vous le punissez, comment réagit-il? Par l'immobilité totale? Paraît-il avoir très peur? Vous ne voyez peut-être même pas sa réaction, tellement vous êtes furieux. Dans les deux cas, vous utilisez probablement vos émotions comme un fouet pour le forcer à vous obéir. C'est une méthode qui marchera un temps mais au sacrifice de son sentiment de sécurité. Certains parents utilisent une autre « matraque » qui est de dire en somme « si tu m'aime et si tu veux que je t'aime, tu feras toujours ce que je te demande de faire. ». Il serait mieux de lui faire savoir que s'il continue à agir de façon pas très aimable, vous n'aurez pas beaucoup d'occasions d'exprimer votre amour en dehors de la punition.

En somme, il faut examiner de près vos méthodes de discipline — les récompenses comme les punitions — pour voir à quel point ce sont des manifestations objectives de votre amour pour lui. Essayez d'éviter des méthodes qui sont trop émotionnelles, trop prolongées ou trop froidement sévères. Evaluez avec bon sens les situations qui demandent une discipline régulière et

celles où vous pouvez être plus souple. Vous ne voulez pas exercer votre discipline au hasard mais il ne faut pas non plus être trop rigidement sévère.

Les pressions

Lorsque vous adoptez une attitude qui culpabilise l'enfant, qui le rend honteux, frustré, forcé, incapable, rejeté ou anxieux, vous lui imposez une pression qui peut ressortir sous forme de mauvaise élocution. Dans certaines familles, on peut réduire ce type de pression en examinant les activités quotidiennes auxquelles votre enfant se trouve mêlé. Il y en a peut-être tellement, celles des aînés ou des parents, que l'enfant est balloté de l'une à l'autre. Que fait-il à l'école maternelle? Comment pouvez-vous lui apporter le complément d'activité et de repos dont il a besoin à la maison? A-t-il des moments de «calme» à la maison et à l'école? A-t-il au contraire trop de solitude, de sorte que quand on lui prête la moindre attention il devient surexcité? Passe-t-il le plus clair de son temps avec les adultes? Quel équilibre et quelle régularité y a-t-il entre le repos et l'activité? Par ces questions et d'autres, vous serez amené à trouver les moyens de créer un environnement qui est stimulant sans être trop exigeant.

Autres influences

Nous avons déjà dit que les incidents traumatisants ne sont pas généralement une cause directe du bégaiement, mais il est évident que les tragédies familiales bouleversent l'enfant. En dépit de vos efforts pour le protéger, il y aura inévitablement des événements tels la maladie, les conflits émotionnels et les accidents au cours desquels l'enfant aura peut-être un problème de langage. Dans ce cas, acceptez ses hésitations comme un phénomène normal; n'ajoutez pas à son trouble par une réaction à son bégaiement. Si les conflits familiaux se prolongent, ses problèmes d'élocution peuvent s'accentuer. Dans ce cas, le mieux est d'intensifier l'affection que vous lui montrez. Si la famille déménage, si vous êtes obligés de changer de domicile ou de ville, vous remarquerez peut-être une aggravation des difficultés de diction qui sera due au fait qu'il est inquiété par le déménagement ou par le changement d'environnement. Si vous prenez un peu plus de temps, si vous faites un effort pour diminuer ces pressions, il retrouvera très probablement une élocution normale.

Si vous, ou d'autres membres de la famille, bégayez, il est tout à fait normal que vous vous inquiétiez aux premiers signes de «difficulté». Nous avons déjà dit qu'il est très peu probable qu'il bégaie par imitation; toutefois,

s'il s'identifie à la personne qui bégaie, il peut essayer de lui ressembler le plus possible. S'il semble vouloir imiter le bégaiement, le chapitre suivant vous aidera. En attendant, s'il ne présente pas de « signes de danger », essayez d'accepter ses hésitations comme faisant partie d'une élocution normale plutôt que comme les premiers signes d'un bégaiement « héréditaire ».

Les jours de fête, les vacances qui approchent, ou les débuts à l'école maternelle peuvent être très excitants mais trop stimulants pour un jeune enfant. Les parents disent souvent que leur enfant a bien parlé tout l'été et que les problèmes ont commencé juste avant la rentrée. Si vous remarquez de plus grandes difficultés à ces périodes, il faut essayer de diminuer l'intensité de la situation. Le problème est souvent dû à une surexcitation trop prolongée. Il est très amusant d'anticiper quelque chose mais il ne faut pas exagérer. Le jour de Noël peut provoquer une grande excitation mêlée à un vague sentiment de déception ou de frustration. Une famille a résolu ce problème en prenant la journée entière pour ouvrir les cadeaux. Les enfants ouvraient chacun un cadeau, après quoi on lui laissait le temps de s'amuser avec le nouveau jouet, d'essayer le nouveau vêtement, ou de se faire raconter le nouveau livre. De cette façon, on arrivait à maintenir le plaisir à un niveau agréable et les enfants n'étaient pas frustrés d'avoir eu trop, trop vite.

Essayer d'obliger votre enfant à parler à des moments qui sont choisis par vous et de parler de choses précises peut perturber son élocution. Vous avez peut-être besoin de savoir ce qui s'est passé à un moment donné, vous voulez peut-être qu'il porte un message à Tante Marie. Sans en être conscient, vous exercez une pression sur lui. Vous pouvez l'éviter en lui laissant faire les choses à son rythme ou du mieux qu'il peut. Et puis, après tout, le message pour Tante Marie n'est peut-être pas si important.

Il est très facile de couper la parole à quelqu'un qui hésite, mais il ne faut plus le faire dès que votre enfant présente les premiers signes de bégaiement. S'il est trop souvent interrompu, la famille devra faire plus attention. Normalement, vous ne devriez pas essayer d'éliminer toutes les interruptions mais il faut en diminuer le nombre. Soyez attentif, il y a des moments où il a quelque chose de très important à dire — essayez de ne pas lui couper la parole à ces moments-là.

De même, cherchez les autres causes d'une élocution difficile. A-t-il du mal à parler en faisant autre chose? Dites-lui d'interrompre l'autre activité lorsqu'il veut parler. S'il s'est fait mal en jouant, attendez qu'il se soit calmé avant d'exiger des explications. Ne terminez pas ses

32

phrases pour lui s'il hésite. Est-ce qu'il paraît avoir plus de difficultés quand vous le grondez? Bien entendu, tachez de l'éviter. En faisant un petit effort, vous trouverez de nombreuses situations dans une journée où une petite modification de votre comportement ou de l'attitude des autres peut l'aider à parler plus facilement. Essayez de ne pas trop montrer que vous essayez de modifier les choses, sans quoi vous renforcerez ce que vous essayez d'éliminer.

Considérez son développement global, ses aptitudes physiques et sociales, son développement, vous remarquerez peut-être qu'il a un intérêt particulier ou une croissance rapide. Ce sera souvent dans le domaine des aptitudes physiques ou de ses relations sociales. Dans ce cas, il se peut que son énergie et son attention sont momentanément dirigées vers autre chose que les progrès linguistiques. Le développement du langage est temporairement laissé de côté pour lui permettre de concentrer ses efforts sur autre chose. Son langage peut même sembler régresser durant quelques mois. Ou le développement peut stagner pendant quelque temps. Si vous pensez que c'est le cas, ne le forcez pas.

Le développement de l'enfant n'est pas régulier mais procède par paliers successifs. Bien sûr, si une période de stagnation se prolonge, vous devez en rechercher les raisons en vous adressant peut-être au médecin ou à un autre spécialiste. Mais si vous voyez qu'il est très absorbé par l'apprentissage du tricycle ou du vélo, ne vous inquiétez pas de son langage pendant ce temps.

Nous vous avons indiqué les grandes lignes de la conduite à tenir avec certains conseils plus spécifiques qui vous aideront à avoir des relations constructives avec votre enfant. Nous ne pouvons, bien entendu, pas vous dire exactement ce que vous devez faire car celà dépendra essentiellement des circonstances, des personnalités et par dessus tout de votre jugement personnel. Nous espérons que vous serez logique et relativement systématique dans vos actions, mais il ne faut pas être trop rigide. Par exemple, une mère à qui on avait conseillé d'établir une routine pour renforcer le sentiment de sécurité de son fils, avait organisé des horaires draconiens de 7 heures à 20 heures, si bien que les activités de l'enfant étaient tous les jours identiques de demi-heure en demi-heure. Inutile de dire que cette routine a créé davantage de problèmes. Après une courte période avec des horaires plus souples (et une mère plus détendue), l'élocution de l'enfant s'est très nettement améliorée. Il faut certainement éviter les extrêmes. Notez bien que le résultat de vos actions et soyez prêt à modifier votre comportement et votre tactique lorsque c'est nécessaire.

33

Comment aider l'enfant qui bégaie

Si vous lisez ce livre c'est que vous avez probablement un enfant qui vous inquiète parce que, pour une raison ou une autre, il s'exprime avec moins d'aisance qu'il ne devrait. Qu'il bégaie ou non, vous pouvez déjà vous soulager l'esprit dans une large mesure en appliquant les conseils que nous venons de vous proposer. Dans d'autres cas, il vous paraît peut-être évident (et le spécialiste est de votre avis) que l'enfant a beaucoup plus de problèmes d'élocution qu'il ne devrait en avoir à son âge. Il répète ou prolonge les sons, il utilise le «euh», répète des mots entiers ou présente très fréquemment d'autres signes de danger. Il faut alors entreprendre très sérieusement certaines autres démarches. Il faut considérez les conseils qui suivent comme des moyens d'aider au développement d'une meilleure élocution et de prévenir un bégaiement très grave. Si vous avez besoin de conseils plus précis pour votre cas particulier, adressez-vous directement à un spécialiste.

Accepter les difficultés linguistiques

Vous avez probablement du mal à accepter vraiment le langage hésitant de votre enfant parce que vous êtes effrayé à l'idée qu'il va devenir définitivement bègue; même si vous essayez de réagir calmement, vos attitudes et vos sentiments profonds trahissent cette crainte et l'enfant le sent. Il est utile pour vous de mieux comprendre les différents types de problèmes d'élocution. En effet beaucoup d'hésitations sont normales et surviennent chez chacun de nous.

Etudiez
les différences de diction

Pendant quelques jours, écoutez, de temps à autre, la conversation d'autres enfants et adultes, surtout lorsqu'ils ne s'adressent pas directement à vous. De cette façon vous n'aurez pas à vous soucier du sens des paroles. Comptez les hésitations, notez *toute* interruption dans le débit, ainsi que les répétitions, les retours en arrière, les pauses, l'adjonction de sons inutiles. Devenez conscient de leur présence chez des gens qui parlent normalement. Remarquez aussi les différents types d'hésitations. Une pause peut servir à souligner un mot ou à donner une plus grande clarté à la phrase. Elle peut aussi donner à celui qui parle le temps de réfléchir. Ce sont là des hésitations normales. Puis écoutez-vous vous même parler. Vous

deviendrez très sensible à toutes ces hésitations et vous les entendrez partout. Cette conscience aiguë disparaîtra lorsque vous cesserez d'écouter si attentivement. Mais vous serez étonné du nombre de fois que nous faisons ces choses dans notre langage courant. Chez les jeunes enfants, il y a probablement plus d'hésitations, surtout à certains moments. Il faut noter les variations selon les moments. Parfois l'enfant qui vous préoccupe parlera sans aucune difficulté le temps d'une phrase, ou même pendant plusieurs minutes. C'est rassurant, car cela vous montre qu'il sait, en fait, parler correctement et qu'avec de l'entraînement il peut s'améliorer même s'il ne peut pas toujours être parfait. Mais il n'a pas besoin d'être parfait. Quand vous aurez fait ces observations, vous arriverez très rapidement à considérer les problèmes d'élocution d'un point de vue moins morbide.

Soyez plus tolérant

Des hésitations qui agacent ou qui inquiètent un auditeur peuvent passer inaperçues chez un autre. Si vous trouvez que les balbutiements de votre enfant vous irritent ou vous préoccupent, il faudra essayer d'accroître votre seuil de tolérance. Posez-vous quelques questions; les réponses que vous leur donnerez devraient vous amener à être plus tolérant. Pourquoi êtes-vous agacé ou bouleversé lorsqu'il met trop longtemps à dire quelque chose? N'êtes-vous pas en train de lui exiger une rapidité d'élocution dont il n'est pas encore capable? Pourquoi voulez-vous qu'il parle plus couramment? Est-ce parce que d'autres enfants de son âge le font ou parce que ses aînés le faisaient? Pourquoi son développement devrait-il être identique au leur? Est-ce parce que vous ne voulez pas prendre le temps d'écouter ce qu'il a à dire? Mais quel meilleur moyen de créer avec lui une relation agréable que de prendre le temps de l'écouter? Avez-vous peur que ses difficultés ne s'aggravent? Considérez-vous ses hésitations comme une chose méprisable? Pensez-vous que cette «incapacité» révèle chez lui une infériorité fondamentale? Etes-vous inquiet de ce qui lui arrivera lorsqu'il ira à l'école, à 6 ans? N'êtes-vous pas en train de vous créer des préoccupations en ayant ces pensées?

Exprimez votre acceptation

Disons que vous êtes prêt à «accepter» ses difficultés d'élocution. Qu'est-ce que cela implique? Comment devez-vous agir? Certaines personnes conseillent aux parents de ne pas y faire attention. Elles ont le même objectif que nous, mais nous pensons qu'il y a dans l'ac-

E35

ceptation des éléments plus positifs. Comment exprimez-vous à quelqu'un d'autre que vous acceptez son comportement? Vous vous dites à peu près : « je remarque qu'il fait « cette chose », mais cela ne fait rien. Mes sentiments envers lui ne changent pas pour autant, la plupart du temps, je ne le remarque même pas ». Accepter est donc à la fois ne pas paraître y faire attention et ne pas y attacher d'importance. Vous admettez le fait que les enfants se développent à des rythmes différents et ces différences de rythme ne vous inquiètent que lorsqu'elles deviennent très grandes par rapport à la normale. Votre enfant, ou d'autres qui vous voient agir, peuvent penser que vous êtes « indifférent » au problème. Si vous appelez cela indifférence, et si vous parvenez à une telle attitude, c'est que vous avez probablement atteint un bon niveau de tolérance pour la mauvaise élocution. Mais si vous n'y parvenez pas, il faut essayer de vous en rapprocher.

Prenons un exemple de la tolérance

Une mère est devenue plus tolérante envers son fils de quatre ans en analysant ses propres réactions lorsque celui-ci apprenait à manger avec une cuillère. Il était très maladroit et pendant plusieurs mois il faisait tomber la nourriture. Au moment où elle nous a parlé de cette expérience, il n'arrivait pas encore à manger parfaitement. Mais elle n'avait pas été agacée par sa maladresse; elle l'acceptait comme une chose normale et se réjouissait des succès. Au fil des semaines, il renversait moins souvent la nourriture mais certains repas restaient désastreux. L'enfant s'est perfectionné progressivement mais elle ne s'émouvait pas de ses maladresses occasionnelles. Elle s'est rendu compte qu'elle pouvait réagir de la même manière au développement de son langage, même si le processus était plus long. Plus vous réagirez de façon émotive, plus vous l'obligerez à lutter davantage pour essayer d'interrompre, d'éviter ou de dissimuler les défauts de son élocution. Faites de votre mieux pour ne pas compliquer encore son problème.

Eviter le mot « bégaiement » pour les difficultés d'élocution

Il y a sans doute des exceptions à cette règle mais il faut en général s'y tenir. Nous avons déjà signalé que beaucoup de disrythmies sont normales même si elles surviennent souvent. C'est seulement quand ces hésitations changent de caractère que l'enfant en prend conscience et qu'il commence à les craindre et à lutter contre elles que l'on peut parler de « bégaiement » et qu'on peut utiliser ce mot avec l'enfant.

Mais en l'absence de ces caractères, il est inutile d'appeler ses difficultés d'élocution « bégaiement ». Le bégaiement est un désordre linguistique compliqué et grave. Le bégaiement, disent certains spécialistes, commence lorsque l'entourage réagit à des hésitations normales comme si elles étaient anormales; l'enfant essaie alors de les éviter. Plus il fait d'efforts, plus il a de mal à parler; dès lors le cercle vicieux commence. Certes le fait d'appeler bégaiement les hésitations et les répétitions normales ne suffit pas à déclencher le bégaiement; il n'est pas vrai non plus que le bégaiement en résultera obligatoirement. Mais il est certain que vous aurez du mal à accepter calmement ses disrythmies si vous les considérez comme un bégaiement. Pour lui ce sera donc une émotion supplémentaire. En évitant ce mot, il vous sera plus facile de réagir intelligemment quand il parle. Vous lui laisserez ainsi une plus grande possibilité d'améliorer son langage.

Nous savons aussi que la distinction entre les hésitations normales et le bégaiement n'est pas toujours faite par le grand public. Les gens disent souvent « moi-même, je bégaie parfois », ou « tout le monde bégaie » alors qu'ils n'ont, en fait, que des hésitations normales. Vous, ou d'autres membres de la famille, avez peut-être déjà appelé le langage de votre enfant « bégaiement » ou vous l'avez traité de « bègue ». Dans ce cas, il ne faut pas faire un effort désespéré et soudain pour éviter ce mot qui vous paraît infamant. Mais il serait utile d'essayer d'en diminuer l'usage, pour vous et d'autres, et d'utiliser plutôt des termes plus descriptifs. Ne vous dites pas qu'il bégaie. Dites qu'il répète des mots, des sons, des syllabes, qu'il s'arrête, fait des pauses ou ajoute des sons inutiles. Vous pouvez dire qu'il hésite ou interrompt ses phrases. Tous ces mots peuvent bien sûr paraître péjoratifs pour l'enfant s'ils sont dits avec un ton ou des grimaces qui indiquent qu'ils sont des choses indésirables. Nous avons souvent parlé de « difficulté d'élocution » ou de « disrythmies » dans ce livre. Ce

J·37

sont des termes volontairement neutres mais ils peuvent, s'ils sont utilisés avec l'enfant pour décrire son langage, devenir aussi négatifs que le mot bégaiement.

Si votre enfant se débat intensément et souvent contre sa mauvaise élocution, s'il est anxieux ou craintif, vous devrez faire plus que de simplement tolérer sa diction. Continuez à vous servir de termes qui décrivent le problème lorsque vous en parlez avec lui. Si vous remarquez des muscles crispés, des battements de paupières, une répugnance à aborder certains mots, une position de la bouche sans production de son ou d'autres comportements similaires, vous pouvez lui expliquer qu'il est en train de trop lutter ou trop travailler. En même temps, vous ne devez pas faire des efforts surhumains pour lui cacher le mot « bégayer » alors que son entourage considère son langage comme un bégaiement. Dans ce cas, éviter complètement le mot le rendra plus anxieux.

Ce n'est donc pas seulement le mot qu'il faut changer, mais la façon de le prononcer. Il faudra être attentif et utiliser votre jugement quant à l'effet produit par ces termes.

Cependant, un mot doit être absolument évité. Il ne faut jamais traiter l'enfant de « bègue ». Il y a une nuance subtile mais importante entre « Il est bègue » et « Il bégaie ». Dans le premier cas, la personne est isolée, mise à l'index, infériorisée. Dans le deuxième cas, il *fait* quelque chose comme il fait beaucoup d'autres choses, et on peut toujours modifier ce qu'on fait.

Réduire votre anxiété

Nous sommes conscients de votre difficulté à entendre bégayer votre enfant et de l'anxiété que vous éprouvez à ce sujet. Une mère qui avait amené son petit garçon à notre consultation nous a longuement raconté combien elle était épuisée et débordée par la lutte de son fils contre son langage quotidien. Or vous pouvez diminuer votre anxiété. Premièrement, rappelez-vous qu'environ 75% des enfants qui ont bégayé sont parvenus à parler normalement. Ce fait ainsi que votre participation active (vous faites quelque chose pour l'aider) contribueront à réduire votre anxiété. Il a d'autant plus de chances de réussir à parler normalement que vous l'aiderez dès un stade précoce.

Si vous pouvez étudier son bégaiement objectivement et voir vraiment ce qu'il fait, cela vous aidera. Vos efforts pour évaluer la gravité et la fréquence de ses troubles de diction vous feront agir d'une façon

positive. Vous deviendrez de plus en plus capable d'observer calmement son bégaiement, et en arriverez à ne plus vous laisser aller à des réactions de nervosité ou d'affolement quand il commence brusquement à bégayer. Concentrez-vous sur ce qui se passe au moment-même; n'imaginez pas ce qui peut lui arriver dans quelques années. Essayez de noter les cas où son élocution est bonne. Par exemple, comptez ses mots pendant quelques minutes et notez les signes d'alerte. Vous remarquerez que la grande majorité des mots sont prononcés normalement (pas parfaitement, mais normalement pour son âge). Vous aurez ainsi la preuve qu'il sait parler. Lorsqu'il pourra réduire les facteurs d'anxiété qui sont la cause de son bégaiement intermittent, il sera libre de parler sans trop d'hésitations. En attendant, le problème que vous avez, vous et lui, sera plus facile à aborder si vous n'êtes pas trop anxieux.

Avoir la réaction adéquate quand il bégaie

Quelle est la réaction « appropriée » ? La plupart du temps c'est l'absence de réaction. C'est-à-dire soyez aussi neutre que s'il parlait normalement. Mais parfois son bégaiement le touchera tellement que votre neutralité sonnerait faux. Vous devez alors lui montrer que vous avez remarqué ses difficultés mais sans trahir la moindre nuance de surprise, de pitié, de critique, ou d'autres émotions négatives. Il ne faut pas non plus lui conseiller de « faire quelque chose » (voyez plus loin quand et comment lui donner des conseils directs). Vous pouvez lui dire par exemple « ça t'a donné du mal » ou bien « tu t'es débattu avec ce mot » ou même « ce n'est pas drôle, hein ». Ces remarques doivent être présentées comme des constatations. D'autres fois, essayez simplement un gentil sourire qui signifiera pour lui « il n'est pas toujours facile de sortir les mots ». Parfois le mélange de sons et de grimaces sera drôle — riez avec lui et poursuivez la conversation. Vous pouvez même exprimer une certaine compassion mais n'exagérez pas. Le ton de votre voix et le moment précis auquel vous réagissez sont extrêmement importants. Dans notre consultation, nous voyons souvent des parents qui ont appris à bien se comporter. Une mère a transformé son horreur du bégaiement en une admiration pour son fils qui arrivait à communiquer si bien malgré ses difficultés de diction. Cette admiration était évidente dans sa voix. Nous comprenons combien il peut être difficile d'y parvenir quand vous êtes anxieux ou quand vous avez pitié de votre enfant en le voyant

39

se débattre. Il faudra peut-être, dans ce cas, modifier d'abord vos attitudes avant d'être prêt à acquérir les bonnes réactions. Nous connaissons des mères qui ont surmonté leur sentiment de pitié et des pères qui ont surmonté leur honte en analysant leurs sentiments. Cela ne veut pas dire qu'il faut étouffer toute compassion; mais ce sentiment doit s'exprimer dans le cadre d'un amour constructif qui voit en l'enfant beaucoup plus que son «bégaiement». Son élocution n'est une toute petite partie de ce qu'il est. Ce n'est que cela, un problème qui doit être résolu, tout comme une blessure au pied, la rougeole ou une tendance à s'enrhumer, tous problèmes qui doivent être traités avec bon sens.

Parlez-lui de son bégaiement

Les enfants entre 3 et 5 ans sont souvent «traités» pour bégaiement par l'orthophoniste et les parents sans que l'on n'en parle jamais à l'enfant. Il faut parfois aller plus loin et reconnaître et accepter le problème. Lorsque vous l'amenez chez l'orthophoniste, il faudra peut-être dire à votre enfant qu'il a un problème avec des mots qu'il a parfois des difficultés à articuler et que vous voulez le faire écouter par un professionnel. Il posera alors des questions sur son élocution : «pourquoi je n'arrive pas à parler?» «pourquoi je m'arrête?» ou même «qu'est-ce que j'ai?» A d'autres moments, le regard qu'il vous jette à un moment où il a vraiment beaucoup de difficultés demande une réponse positive de votre part. Ou bien vous vous apercevez qu'il croit devoir cacher son bégaiement. A ce moment il sera utile de lui en parler ouvertement.

Les questions qui commencent par «pourquoi» sont les plus difficiles, mais vous pouvez donner des réponses satisfaisantes. Ne discutez pas pendant des heures — il n'a pas envie d'en savoir tant. Voici un exemple de réponse :

> «Tout le monde bafouille parfois. Certaines personnes le font plus souvent et ont plus de mal que d'autres. Les petits enfants le font plus souvent parce qu'ils apprennent à parler. Ils tombent aussi plus souvent quand ils marchent ou quand ils courent. Quand ils trébuchent sur les mots s'ils font trop d'efforts pour ne pas le faire alors c'est pire.»

Si vous lui faites remarquez vos propres hésitations il comprendra mieux. Lorsqu'il pose une question qui affirme ou qui sous-entend que «quelque chose ne va pas» chez lui, vous devez répondre «mais pas du tout» et

puis lui décrire ce qui se passe lorsqu'il bégaie. Vous pouvez saisir ces occasions pour le rassurer. Dites-lui que s'il se bloque sur un mot, cela n'a pas d'importance si c'est ce qu'il est obligé de faire pour parler. L'idée principale est de rester aussi objectif que possible, d'avoir des explications simples et d'éviter une attitude de mystère ainsi que de fortes émotions.

Donnez-lui des conseils précis

Après les « pourquoi », il vous demande « comment arrêter de faire ça? » Le meilleur conseil est « ne te force pas tant » ou « détends-toi ». Dites-lui de parler du mieux qu'il peut à ce moment-là. Un parent a illustré ce conseil en serrant son poing puis en l'ouvrant lentement en laissant s'échapper un son. Vous pouvez lui montrer les deux façons de dire un mot, la façon difficile et la méthode facile — en « laissant partir un son ». Répéter des mots ou des sons devrait être facile — c'est la lutte qui complique la chose. S'il répond qu'il ne peut pas parler autrement, faites-lui sentir qu'il peut prendre tout son temps. N'insistez pas sur le fait qu'il devrait parler plus facilement. Ne vous énervez pas s'il ne suit pas vos conseils.

Ne lui dites pas de ne pas bégayer. Les conseils tels que « Respire bien » ou « Réfléchi avant de parler » ou « Parle plus lentement » aggraveront ses difficultés pour trois raisons. Premièrement, ceci implique que s'il agissait « correctement » il ne bégairait pas. Il se sent coupable parce qu'il n'est pas capable d'obtenir un bon résultat avec vos conseils. Et puis ceci ajoute à son langage des comportements qui le déconcentrent, ainsi que ses auditeurs, ce qui le fera parler plus mal encore.

Réduisez ses craintes, ses angoisses et ses sentiments de frustration

Un des meilleurs moyens, est de lui faire parler de toutes ces choses. Vous devez être prêt à accepter tout ce qu'il dit, même si c'est illogique ou sans fondement, sans le critiquer ni le désapprouver. Ce ne sont pas des indications de faiblesse ou d'infériorité; elles prouvent seulement qu'il est un être humain, comme vous, comme nous. Un père abordait le problème, avec succès, de la façon suivante : il parlait à son fils de ses propres peurs, passées et présentes. De cette façon il a pu lui faire com-

prendre que la crainte est une chose normale et que nous pouvons apprendre à la réduire. Les peurs de l'enfant n'ont pour la plupart pas de lien direct avec son langage mais elles auront pour effet général de le rendre hésitant et timide. S'il les étale au grand-jour et s'il est assuré que vous l'acceptez avec elles, elles seront souvent réduites au point de ne plus avoir d'effet sur lui.

Evitez d'augmenter ses craintes en le couvant. Ne faites pas tout pour lui — n'organisez pas sa vie de telle façon qu'il n'ait pas besoin de parler. S'il accepte de parler au téléphone, encouragez-le. Si vous l'aidez à éviter les occasions de parler il va craindre d'autant plus la prise de parole ou le bégaiement.

Il y a d'autres moyens de réduire ses craintes. Vous pouvez en enlever le stimulus. Ainsi certains parents autorisent une petite lumière dans la chambre si l'enfant a peur du noir. Il est parfois utile de procéder par étapes successives. Commencez à agir loin de ce qui lui fait peur et ensuite rapprochez vous-en. Arrêtez s'il commence à avoir un peu peur. Puis rapprochez-vous encore un peu lorsqu'il est prêt. Continuez ainsi jusqu'à ce qu'il puisse l'approcher et apprendre que ce n'est pas si terrible. Ne le forcez jamais; prenez autant de temps qu'il faut. Prenons un exemple : un enfant que nous soignions se sauvait chaque fois qu'il y avait des visiteurs, même lorsqu'il s'agissait de parents ou d'amis connus. Sa mère a commencé à l'aider en attendant que les visiteurs soient assis et en train de parler. Puis elle appelait son fils de la porte et lui offrait quelque chose, un gâteau par exemple, sans rien lui dire. Plus tard, elle a pu obtenir qu'il reste sur ses genoux une partie du temps, puis pendant toute la visite, enfin il a pu dire « Au revoir » en même temps qu'elle. Les barrières sont ainsi tombées peu à peu.

Si votre enfant a des périodes de bloquage et de bégaiement sévères, cela provoquera probablement des sentiments de frustration. Aidez-le à se libérer de ses envies de destruction. Les parents nous ont raconté de nombreuses façons de faire. Un père encourageait son fils à taper sur son clown en peluche très fort jusqu'à ce qu'il se sente mieux. Un autre parent parlait avec son fils en privé et laissait le garçon dire *tout* ce qu'il voulait, sans le désapprouver, en lui faisant seulement sentir qu'il comprenait ses sentiments. Un autre faisait parler son fils à une corbeille à papier puis « jetait le poison ». L'exercice corporel ou une longue promenade peut aider à réduire les frustrations.

Nous avons abordé beaucoup de sujets afin que vous puissiez donner à votre enfant les meilleures chances de parler normalement. Mais en suivant tous ces conseils, faites encore un peu plus. Cherchez les moyens de vous donner davantage à lui,

42

pas comme si vous vous sacrifiez mais parce que vous aimez vous partager avec lui. Ne cherchez pas pour cela sa gratitude. C'est son droit d'enfant et votre rôle de parent.

Vous ne trouverez pas toutes les solutions dans ce livre, un orthophoniste peut vous aider à trouver d'autres moyens d'action et à les adapter à votre cas particulier. Vous pouvez aussi en trouver vous-même — vos solutions seront probablement meilleures que les nôtres. Gardez simplement à l'esprit les principes généraux d'une relation constructive, positive et aimante avec votre enfant.

En lisant ce livre, vous vous êtes peut-être demandé si nous n'exigions pas plus de changements chez vous que chez votre enfant. C'est vrai, car c'est de votre intelligence et de vos efforts que dépendront les résultats. Les rapports entre parent et enfant sont à la fois puissants et délicats et ne peuvent pas se codifier en des règles simples. Les relations de votre enfant avec l'orthophoniste sont également complexes. Vous êtes celui qui a le rôle le plus difficile car vous devez vivre avec les résultats de vos décisions et en assumer la responsabilité. Mais sachez que les idées que nous avons évoquées avec vous sont non seulement au cœur du problème du bégaiement mais aussi de beaucoup d'autres problèmes humains. Nous croyons profondément que si vous vous imprégnez des principes énoncés dans ce livre, vous, et surtout votre enfant, en retirerez le plus grand profit.

Imprimé en Belgique par
Weissenbruch s.a.
Rue de l'Orphelinat 40, Bruxelles